

3か月で全10回のスイミングスクール

## 朝の水泳教室

略して  
「あさすい」

### 内容

どの泳ぎにも共通する泳ぐ為の基本の練習と全10回の中で4種目を満遍なく練習します  
自分に合うフォームや癖の修正など、個別にアドバイスします

### 「あさすい」のススメ！

GOOD

**動画撮影** で、フォームを確認！！

(プライバシー保護の為、撮影の承諾を頂いた上で、指導者が撮影いたします)

GOOD

**50分レッスン・参加メンバー固定！**

GOOD

ポイントを押さえて4種目を練習することで泳ぐための身体の使い方を習得できます！

火曜日 9:15~10:05

場所：別館プール

定員：10名

参加費：16500円税込

受付：本館フロント

実施日

7 / 4.11.18.25

8 / 1.8.22.29

9 / 5.12

予備日 9/19.26

担当インストラクター  
小堀 香織

※お申し込み時に参加費のお支払いをお願いします  
※お支払い後の返金はいたしかねます  
ご了承ください